



UNIDADE PASTORAL DE SINTRA

Distribuição Gratuita

Cruz Alta



Junho 2011

Edição nº 85 - Ano IX
Director: P. António Ramires

www.paroquias-sintra.net

PENTECOSTES



Em Junho:

Dia 5 - Ascensão do Senhor

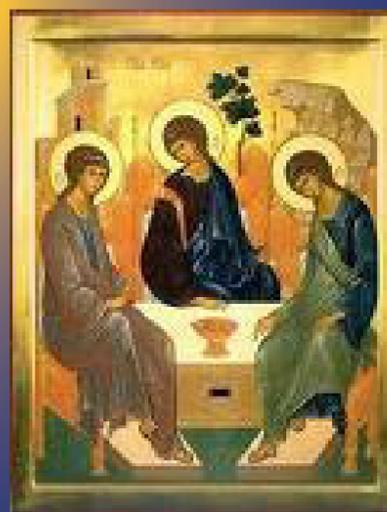
Dia 12 - Pentecostes (Dia da UPS)

Dia 19 - Santíssima Trindade

ASCENSÃO



SANTÍSSIMA TRINDADE



11 Feira SALOIA

5 Junho 2011
9 às 18 horas

Reconstituição da feira saloia
dos anos 30 do séc. XX



em SINTRA

Produtos agrícolas
Pão com chouriço
Chitas - Trapologia
Passeios de burros
Velharias - Cestaria
Vinhos - Doces

promovida pela
COMISSÃO DAS FESTAS DE N.ª S.ª DO CABO ESPICHEL
NA FREGUESIA DE SINTRA (SANTA MARIA E S. MIGUEL)
com a presença do
RANCHO FOLCLÓRICO E ETNOGRÁFICO
«AS MONDAEIRAS», DO ALGUEIRÃO
e do
GRUPO DE MÚSICA POPULAR TRADICIONAL
«SONS DA TERRA»



Zona pedonal da Av. Heliodoro Salgado Estefânia



Editorial
Zé Pedro Salema

A Missa no Verão

A prática dominical é essencial como alimento para a nossa vida quotidiana. Na Eucaristia vamos, em comunidade, ao encontro de Cristo, que se nos oferece para nos salvar. Para nos dar força de vida.

Para uma boa prática eucarística, é importante a preparação. A Palavra nem sempre é lida com clareza, o que dificulta, por vezes, escutá-la. É bom já a ter preparado e refletido anteriormente, para tirar melhor partido da mensagem que Deus nos quer transmitir.

A aceitação ao chamamento de Deus para a Eucaristia, ajuda a criar um estado de Espírito mais atento, concentrando-nos melhor no mistério de fé que presenciamos. A vivência da morte e ressurreição de Cristo, é tanto mais vivida, quanto mais nos entregamos, com humildade, nas suas mãos, na Eucaristia. Assim, podemos criar as condições ideais para

aceitá-Lo na sua dádiva total. E, conscientes de que O estamos a receber, poderemos sentir a Sua força, que nos deverá acompanhar quando sairmos da igreja. E, cheios d'Ele, devemos ser exemplo e testemunhá-IO à nossa volta, no dia-a-dia.

Este mês temos a oportunidade de viver três momentos grandes, a Ascensão, O Pentecostes e a Santíssima Trindade. Aproveitemos a mensagem que Cristo nos deixou ao partir para o Pai, para enfrentar corajosamente o sofrimento do dia-a-dia. Que também é dádiva de Deus! É para que eu não me esqueça que estou aqui como um peregrino, e que Deus, de vez em quando, me acorda com uma provação, um desafio, e me faz pensar n'Ele.

Este mês chega o Verão, mais luz e mais calor. Que eu acolha em abundância dentro de mim o Calor que o Espírito Santo me vem trazer. E que o espalhe à minha volta!



Os Nossos Padres
P. António Ramires

Que a nossa alegria, seja também a alegria do mundo.

O período pós-ressurreição apresenta uma surpresa após surpresa. Aviso das mulheres. Túmulo vazio. Aparição aqui aparição ali. Tudo parecia bom de mais para ser mesmo verdade. Os discípulos tinham a sensação de estar numa realidade nebulosa, mais sonho que realidade. Por isso, nas suas mentes, a figura de Jesus se confundia com a de um fantasma.

Mas Jesus não era um fantasma e para deixar de ser confundido como tal, mostrá-lhes a mão e o lado. Aqui aplicaríamos, então, a expressão já nossa conhecida: realidade palpável. Então porquê essa preocupação em enfatizar o lado material, já que toda a religião se esmera em acentuar o lado espiritual? Porque não aproveitar a deixa e eliminar de vez esse lado material?

Jesus poderia muito bem ter assumido o seu lado fan-

tasma, o seu lado puramente espiritual, ou seja, limitar-se unicamente à sua natureza divina. Mas não o fez, nem o quis. E porquê? Porque, ao encarnar, Ele de facto assumiu a natureza humana, tornando-se igual a nós e solidário connosco na nossa humanidade.

O ser homem, para Ele, não foi uma aventura com os seus percalços, ou um giro meio acidentado, que, felizmente, acabou. Não! Não foi assim que Ele encarou a Sua humanidade. Ele queria ser exatamente um igual a nós, para na cruz sofrer por nós. Sendo assim, o ter um corpo material e a ressurreição desse mesmo corpo físico, vinha a ser a demonstração definitiva de que Ele era nosso verdadeiro Salvador. Por tudo isso, alegraram-se os discípulos, e nós, hoje, também nos alegramos.



A Melhor Parte
Diácono António Costa

Depois de Maio, Junho!

Como Maria foi querida por Deus em ordem a seu Filho, ao mês de Maio, sucede o mês do Sagrado Coração de Jesus.

Não é possível falar de Maria ou com Ela ter uma afinidade na fé, sem que o nosso coração se abraça por seu divino Filho.

Maria não é a Mãe de Deus por seu particular mérito, ou por qualquer faculdade sua, mas, tão-somente porque Deus quis vir a nós e dela se serviu como porta.

Maria franqueou a Deus a porta da história em humanidade e Deus por Ela irrompeu, como, de Maio, irrompe o sol encandeante de Junho, a Luz da Luz, o Deus verdadeiro de Deus verdadeiro.

O corolário do mês de Maria é a vivência do mês do Sagrado Coração de Jesus e, com tanta mais verdade viveremos a contemplação da misericórdia de Deus manifestada no meio dos homens – Jesus misericordioso – quanto mais intensamente tivermos vivido o Mês de Maio: o mês do rosário.

Da Mãe recebemos uma única ordem, (muito mais que conselho ou recomendação). Ela nos ordenou: fazei o que Ele vos disser.

A muitos passa despercebida a motivação subjacente a essa ordem, a saber: **VOLTAI-VOS PARA ELE, NÃO PARA MIM!**

“Fazei o que Ele vos disser” também pode dizer-se: “perguntai a Ele o que deveis fazer”.

Manifestamos à Mãe de Jesus (Mãe de Deus) e nossa Mãe, a nossa confiança e entrega rezando o terço na rua (esperamos que também em casa).

Jesus, a santa Faustina; pediu que ela divulgasse o terço da misericórdia, porque chegaria a hora em que só prevaleceríamos com a solicitude da misericórdia de Deus em Jesus.

Entendeu o Papa que esta é a hora que precede a hora da justiça; esta é a hora da misericórdia!

O próprio Jesus ditou a Santa Faustina a coroa (o terço) da misericórdia e a fez visionar a imagem de cujo coração jorram raios luminosos (alguma afinidade haveremos de discernir com o desejo do Papa em que rezemos às quintas-feiras os mistérios luminosos).

Como esperamos ser acolhidos pela Mãe a quem prestamos a nossa filial devoção se, contra a sua ordem, não nos voltamos para o Filho?

Assim pediu Jesus:

Contemplando a paixão, muito particularmente o abandono na agonia, que rezássemos, iniciando com o sinal da cruz seguido de um Pai-nosso e uma Avé Maria.

Segue o Credo (ou o símbolo dos Apóstolos).

Rezaremos as 5 dezenas dizendo em vez do Pai-nosso:

“Eterno Pai, eu vos ofereço o Corpo e Sangue, Alma e divindade do Vosso muito Amado Filho, Nosso Senhor Jesus Cristo, em expiação dos nossos pecados e dos pecados do mundo inteiro”.

Nas contas das Avé Marias diremos:

“Pela sua dolorosa Paixão tende misericórdia de nós e do mundo inteiro”.

No fim diremos três vezes:



“Deus Santo, Deus Forte, Deus imortal,/ tende piedade de nós e do mundo inteiro”.

Toda a oração é dirigida ao Pai, de cuja misericórdia recebemos Jesus, sua misericórdia incarnada, por isso não terminemos sem dizer a este Senhor, expressão viva do amor do Pai: **JESUS, EU CONFIO EM VÓS!**

Não vou sublinhar as promessas feitas a Santa Faustina, (mas recomendo vivamente a leitura do seu Diário), para que a oração resulte totalmente despida de qualquer interesse, num puro louvor ao único qualificativo digno do **AMOR** que é Deus: **MISERICÓRDIA!**

Ainda que alguns considerem mais uma “beatice” rezemos no mês de Junho, o mês da misericórdia.



1.ª Comunhão em S. Miguel

Leonor Wemans

1.ª Comunhão no Linhó

Mãe Inês e filho Manuel Bourbon Ribeiro

Depois de vários meses de preparação, chegou finalmente o tão desejado dia! O dia 15 de Maio, em que dezassete meninos da nossa Unidade Pastoral de Sintra receberam pela primeira vez o Corpo de Jesus no sacramento da Eucaristia, na Igreja de S. Pedro de Penaferrim.

O entusiasmo das crianças era visível, enquanto saltitavam pelo largo da igreja, antes de começar a missa. Mas depressa esse entusiasmo e «nervoso miudinho» deram lugar a uma alegria serena e cheia de paz, que se notava na cara de cada



A primeira comunhão na Igreja do Linhó, foi no dia 15 de Maio e foram sete as crianças que receberam pela primeira vez Jesus no coração. A cerimónia foi simples, sentida e bonita. Quase todos os pais participaram, uns lendo, outros levando as oferendas e outros cantando. Foi o Padre António quem celebrou esta Eucaristia.

Todos os meninos estavam nervosos, mas contiveram-se e disfarçaram muito bem. Estavam compenetrados e mostravam ser o orgulho da Irmã Maria, a sua catequista, que os preparou com muita espiritualidade, profundidade e empenho. Isso era notório e os sete meninos revelaram que tinham assimilado e vivido muito bem todas as preciosas lições da querida Irmã.

A Igreja, repleta de familiares, de amigos e de participantes, estava decorada de forma muito simples e bonita. Os meninos, depois de comungarem pela primeira vez, ofereceram uma flor branca a Nossa Senhora como sinal de Paz em Cristo. O Padre António falou do corredor e não do altar, junto das crianças, fez perguntas sobre o Evangelho do dia, que não podia vir mais a propósito: Jesus disse "Eu sou a porta. Quem entrar por Mim, será salvo; entrará e sairá e encontrará pastagem". E neste dia, 15 de Maio, todos aqueles sete meninos entraram pela Porta.



uma das crianças durante a eucaristia. A celebração, presidida pelo Padre António, foi muito calma e bonita. E todos meninos participaram com muita devoção e respeito.

Depois de um dia tão feliz, fica agora o compromisso de continuar a crescer em amizade com Jesus e comungar o Seu corpo sempre que possível, sempre com a ajuda de Maria Sua Mãe e nossa Mãe do Céu.



CABRIZTERRAS, LDA
(Grupo Heitor Rebelo)

CAMIÕES DE ALUGUER COM GRUA




ALUGUER MÁQUINAS P/TERRAPLANAGEM, CONSTRUÇÃO CIVIL E OBRAS PÚBLICAS



TRANSPORTES ESPECIAIS DE MERCADORIAS NACIONAL / INTERNACIONAL

Travessa Lapa, 16 - Cabriz • 2710-118 SINTRA
☎ 219 233 676 - 219 105 310 • Telefax 219 106 275

Camiões

Máquinas

Transportes

em **SINTRA**

MELHORES VEDAÇÕES UM INVESTIMENTO COM TODA A SEGURANÇA

VEDICERCA

Produtos com Qualidade para Vedações de: Escolas • Polidesportivos
Indústrias • Moradias • Jardins • Estaleiros • Protecção da Natureza • Agro-Pecuária

PAINÉIS PLASTIFICADOS



PONTE FRIELAS - APARTADO 6 - 2671-901 LOURES
☎ 219 898 700 - Fax: 219 898 709

Temos ainda outros tipos de redes e produtos afins. Projeto especializado para agricultores.

VEDAÇÕES • REDES • ARAMES • POSTES



A Vida de Santa Clara de Assis

Irmãs Clarissas

A Noite que virou a página da História (continuação do número anterior)



Ao longe desenha-se uma luz, que à medida que se aproxima aumenta de intensidade, até iluminar o caminho, as árvores, o bosque.

É o cortejo dos frades que, com tochas acesas, vem ao encontro da esposa de Cristo.

E entre as duas alas de irmãos, a virgem Clara é conduzida à capela de Santa Maria dos Anjos, cheia de luzes e de palmas, que vivia, naquele momento, uma das horas mais solenes da sua história.

Clara, radiante de alegria e

trémula de emoção, vai ajoelhar-se aos pés do altar.

Lá de cima a Virgem sorri para ela.

Clara depõe o rico manto que a envolvia.

Com um gesto resolutivo, lança aos pés de Francisco as vestes preciosas. Francisco, em troca, lança-lhe um hábito escuro e grosseiro. Cinge-lhe a cintura com rude corda, onde aparecem três nós para lembrar à jovem Clara que de ora em diante deverá viver, até à morte, na mais estrita Obediência, na mais perfeita

Castidade e na mais absoluta Pobreza.

Francisco toma, ainda, uma tesoura e, impassível, corta a longa e doirada cabeleira de Clara, que em ondas lhe caía pelos ombros.

Sobre aquela cabeça, assim destituída do seu adorno,

que se faz serva.

A alma esposa atira-se sem hesitar a um Abismo imenso e insondável que é Deus e nele navega absolutamente livre, docemente embalada ao sabor do Sopro Criador e imersa numa Luz que é toda melodia, imensidão, beleza, encanto...

Pobreza, Castidade, Obe-

sobre a face da terra.

“Quem sou eu e quem sois Vós, meu Deus? Quem sou eu e quem sois Vós?”

Exclamava S. Francisco extasiado. O abismo do nada é tocado pelo Tudo, é por Ele habitado, iluminado, preenchido... abraçado!

Clara de Assis é um desafio divino, um grito triunfal do Amor de Deus que clama do coração da História do mundo apontando com energia repleta de júbilo... o Caminho, a Verdade e a

Vida: o Esposo Divino!

(continua no próximo Cruz Alta)

“Quem sou eu e quem sois Vós, meu Deus? Quem sou eu e quem sois Vós?”

coloca Francisco dois véus: um branco, simbolizando a Pureza, e um preto, lembrando a penitência.

Estava terminada a cerimónia.

Nesse momento, a nobre e rica Clara Offredúccio tornava-se a pobre Irmã Clara. E, ao lado da Ordem dos frades Menores, nascia a Ordem das Damas Pobres.

FINALMENTE ESPOSA DE CRISTO!

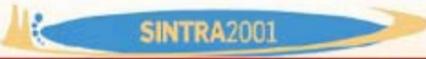
Esposa de Cristo no tempo e na eternidade, na vida e para além da vida, na vertigem do agora que palpita, que corre e que voa da terra ao céu..., para sempre!

A criatura frágil abraça o Criador Onnipotente e é por Ele abraçada.

Esposa de Cristo..., finalmente!...

Ó doce verdade que ultrapassa a realidade e o sonho! É o milagre do “impossível” descrito em poucas palavras, o inimaginável assumido na vida.

A vida é Deus e Deus é a Plenitude, É Ele a Alma, o Coração, o Viver da alma esposa; é Ele o Vácuo e o Absoluto, as Trevas e a Luz, as Profundidades e as Alturas deste imenso universo que se estende a perder fim, na vertigem dolorosamente gozosa do ser mais íntimo, daquela


Consultadoria e Projectos Engenharia Lda

Microgeração

Energia Fotovoltaica – Energia Eólica – Energia Solar Térmica
Acumuladores de Calor Siemens – Certificação Energética

www.sintra2001.pt - info@sintra2001.pt
Tlf: 21 910 5115 – Fax: 21 910 5114
Rua Camara Pestana, Edifício Sintra LJ 12 – 2710-546 Sintra
(Galeria Comercial, junto à Igreja de São Miguel)

Alvará INCI: 60495


segurança contra incêndios

Estamos Presentes na sua segurança

Conte connosco para a segurança contra incêndios. Planeamos, fornecemos e efectuamos manutenção para qualquer situação.

Em casa ou no seu negócio,
consulte-nos.

www.mafep.pt



Consultório Médico

Miguel Forjaz, Médico

Doença Diverticular do Intestino

Um divertículo é uma pro-
tuberância ou saliência
em forma de saco localiza-
da geralmente na parede
do intestino, frequenter-
mente no intestino grosso, mais
precisamente no cólon des-
cendente, antes do recto, na
sigmoide. É aqui, de facto,
onde se localizam com mais
frequência os divertículos,
muito embora se possam lo-
calizar em todo o aparelho
digestivo, inclusivé até no
esófago.

A presença de divertícu-
los chama-se diverticulose
e a respectiva inflamação di-
verticulite.

A DIVERTICULOSE co-
meça só a manifestar-se
normalmente a partir dos
cinquenta anos, parecendo
ser mais frequente no sexo

feminino à medida que a ida-
de vai avançando. Qualquer
pessoa de idade tem de cer-
teza múltiplos divertículos, e
quanto mais velha maior será
o seu número. Estima-se que
50% da população europeia
sofra de diverticulose, devido
ao facto, ao que parece, se-
rem os hábitos alimentares
dos europeus pobres em fi-
bra.

Relativamente às dimen-
sões, os divertículos são ge-
ralmente pequenos, com um
diâmetro de poucos milíme-
tros, podendo atingir um di-
âmetro, nalguns casos, supe-
rior a dois centímetros. Os di-
vertículos gigantes requerem
intervenção cirúrgica, dado o
risco de surgirem complica-
ções como a hemorragia e a
perfuração.

Os sintomas geralmente
podem não se manifestar. Há
pessoas com divertículos que
não têm sintomas, enquanto
outros podem sofrer queixas
como diarreia ou prisão de
ventre, dor abdominal com
espasmos, tipo cólica e/ou
distensão abdominal.

Os divertículos por si só
não têm importância clínica.

O tratamento da di-verti-
culose tem como objectivo a
redução dos sintomas dolo-
rosos, caso existam, sendo
aconselhável uma alimenta-
ção rica em fibras, como se-
jam os legumes e as frutas e
os cereais.

A DIVERTICULITE, como
disse acima, é a inflamação
ou a infecção de um ou mais
divertículos, tornando-se uma
situação complicada compa-

rada com a diverticu-
lose.

Os sintomas ca-
racterizam-se por
dor abdominal mais
marcada na região
inferior, e febre que
podem mascarar o
diag-nóstico, dificul-
tando-o, pois existem
várias situações pa-
recidas, como a apendicite
por exemplo. Podem também
surgir complicações na diver-
ticultite como o aparecimento
de fístulas, que são trajectos
anormais, a hemorragia e a
perfuração consequente à ro-
tura do divertículo e a obstru-
ção intestinal.

O tratamento depende do
grau de gravidade da doença.
Se se trata de uma crise ligei-
ra, o repouso, dieta e medi-



cação à base de antibióticos
resolve satisfatoriamente a
crise.

Caso contrário, justifica-se
o internamento hos-pitalar,
sendo equacionada a inter-
venção cirúrgica, caso não se
verifique melhoria da crise, as
crises se tornem repetitivas,
ou surjam complicações.



Nutrição

Elsa Tristão, Nutricionista

Truques para sobreviver nos restaurantes (2.ª Parte)



ou um
sumo de
tomate
temperado
são dois
exemplos de
entradas
vitamí-
nicas e
pobres
em gordu-
ras. Da mes-
ma for-
ma,

ram o prato principal e a so-
bremesa.

Prato principal: sobretudo, controlo

- Tente ingerir durante a se-
mana e de forma alterna-
da carnes brancas, peixes
brancos e azuis, ovos e car-
nes vermelhas.
- Por norma, deve-se dar pre-
ferência aos peixes e car-
nes brancas e poucas opor-
tunidades às carnes gordas
e aos ovos (lembre-se que
estes também
se encontram
“camuflados”
em panados,
molhos e so-
bremesas).

Modere nas be- bidas

- Em vez do ál-
cool, que tem
um alto teor ca-
lórico e estimu-
la o apetite, é
preferível beber
água, um sumo
natural ou uma
bebida sem ál-

cool.

- Se não o conseguir evitar,
beba apenas um copo pe-
queno de vinho, em golos
pequenos para que dure
mais tempo.
- Evite o consumo de nécta-
res, refrigerantes, ice teas e
bebidas gaseificadas.

A sobremesa: momento crucial

- É melhor pedir fruta fresca,
um sumo natural ou uma sa-
lada de frutas. Melhor ainda

se passar directamente ao
café ou a uma infusão.

- Em vez de comer pudins,
tartes ou gelados, prefira io-
gurte ou queijo fresco; deixe
a pastelaria para ocasiões
especiais.
- Se lhe custa privar-se do
doce alterne-o, de vez em
quando, com outros tipos
de sobremesas menos ca-
lóricas.

Força de vontade face às entradas

- Beba água e mordisque
tranquilamente um pedaço
de pão.
- A sopa é, sem dúvida, a
escolha mais sensata para
iniciar a refeição: é um ali-
mento rico em nutrientes e
saciante.
- As saladas com bastantes
ingredientes (sem molhos)
também são uma entrada
estupenda, para além de
terem muita fibra, saciam
bastante.
- Em alternativa, cogumelos

azeitonas, amêijoas, mexi-
lhões ou canapés de atum
ingeridos com moderação
sempre são preferíveis aos
aperitivos de pacote, aos
fritos (croquetes, pastéis de
bacalhau...) e aos panados.

- Desconfie das quiches ou
tartes de legumes. Apesar
dos seus nomes sugerirem
comida saudável, podem in-
cluir grandes doses de man-
teiga, natas, cremes de leite
e gorduras saturadas.
- Lembre-se que as entradas
têm o objectivo de acalmar
a fome e não de encher o
estômago: ainda lhe espe-

ADEGA SARAIVA

Especialidades da Casa:

Cabrito Assado

Bacalhau na Brasa

Cozido à Portuguesa

Encerra à 2ª Feira

Nafarros 2710 SINTRA

Tel.: 219290106



Notícias do mundo

Amnistia Internacional Portugal - Grupo 19

Amnistia Internacional - 50 Anos, 50 Quadros

A Amnistia Internacional completa no dia 28 de Maio meio século sobre a sua fundação, em 1961, momento maior da luta contra todas as opressões e pelos direitos humanos. Tudo o que desde então fez, fala pela imagem de imparcialidade e independência que hoje tem no mundo.

participam 22 pintores.

A iniciativa, apoiada pela Câmara Municipal de Sintra, será precedida por uma sessão solene, às 17h00, que contará com a presença do Senhor vice-Presidente da CMS, dr. Marco Almeida, em que se lembrará o porquê do aparecimento da AI e o seu trabalho, e como Portugal e o mundo continuam – infelizmente – a precisar dela.

unir-se numa acção comum, algo eficaz pode ser feito”, escreveu Peter Benenson, no artigo fundador da AI.

No quadro das mesmas celebrações, a Amnistia Internacional Portugal – Grupo 19 promove ainda duas conferências, Os Direitos Humanos como Pressuposto da Felicidade, pela Professora Doutora Helena Águeda Marujo, no dia 21, e Os Direitos Humanos em Portugal do 25 de Abril à Actualidade – Evolução e Percalços, pelo Senhor Bastonário da Ordem dos Advogados, dr. António Marinho Pinho, no dia 28, no mesmo espaço, às 18h00.

No dia 25 de Junho, a estrutura sintrense desta organização de direitos humanos fará leiloar 24 quadros oferecidos pelos pintores participantes, sensíveis às dificuldades das estruturas activistas da AI em

levar tão longe e com a firmeza possível o seu combate pelos direitos, liberdades e garantias inerentes a todos os seres humanos, onde quer que nasçam e seja qual for a sua condição.

Para todos os momentos destas comemorações estão convidados todos os cidadãos para quem a indignação é muito mais do que um direito – é uma acção urgente, porque no momento em que lemos estas linhas alguém no mundo foi preso, torturado ou morto, apenas por ter exercido os seus direitos.

Amnistia Internacional Portugal – Grupo 19



Para comemorar a data, e ainda a da fundação da Amnistia Internacional Portugal, no mesmo mês, mas em 1981, o Grupo 19, fundado por sua vez há 22 anos, inaugura no dia 14, na Vila Alda – Casa do Eléctrico, em Sintra, a Exposição Colectiva de Pintura 50 Anos, 50 Quadros, em que

relato de alguém que foi preso, torturado ou executado, num qualquer sítio do mundo, por as suas opiniões ou a sua religião serem inaceitáveis para o governo do seu país. [...] O leitor do jornal fica com um revoltante sentimento de impotência. E, no entanto, se estes sentimentos de revolta por todo o mundo puderem



AMNISTIA INTERNACIONAL PORTUGAL

GRUPO 19 SINTRA



50 ANOS 50 QUADROS

EXPOSIÇÃO COLECTIVA DE PINTURA

ALMIRA MEDINA	JORGE CARDOSO
ANTÓNIO SEM CARRUÇO	JOSEFA GALHANO LENA GAL
CATARINA FIGUEIREDO	MARCOS MARINHEIRO
CLEMENTE LIMA	MÁRIO VINTE E UM
EDGARDO XAVIER	MARGARIDA JARDIM
EDUARDO NASCIMENTO	MARIA JOSÉ FERREIRA
FERNANDA PÁSCOA	TEIA RORIZ
HENRIQUE GABRIEL	VITORALVES
HUGO TRAVANCA	VICTORIA MATAMOROS
JORGE BANDEIRA	XICOFRAN

14 DE MAIO / 29 DE JUNHO 2011



Arti Sintra PORTUGAL

Armazenista de Material de Papelaria e Escritório, Lda.

Consumíveis de Informática
HP, EPSON, LEXMARK, CANON

Rua da Eira, 3 - Armazém 1, 2, 3 Telefone: 21 924 57 21 / 34 79
Lourel Fax: 21924 34 79
2710-360 Sintra Email: geral@arti-sintra.pt

GÁS

Entregas ao domicílio todos os dias

Com a apresentação deste anúncio ganhe de imediato **10% de desconto na compra de uma garrafa de gás**

Tel. 960 079 812 / 965 234 393



FÁBRICA DAS VERDADEIRAS QUEIJADAS DA SAPA

Volta do Ducha, 12
Tel. 219230493

SINTRA PORTUGAL

Desde 1756





Foto Comentário

Guilherme Duarte

A minoria que nos envergonha

O povo português, como se sabe, não goza de grande reputação no estrangeiro, principalmente na Europa. Os europeus que, por uma questão de proximidade são os que melhor nos conhecem, não têm por nós grande respeito e dispensam-nos muito pouca, ou nenhuma consideração. Costumamos queixar-nos por essa discriminação e acusamo-los de arrogância para conosco, mas não será principalmente de nós que teremos que nos queixar?.

Se a maioria dos portugueses são pessoas de bem, respeitadoras e educadas há um número numeroso de pessoas que o não são. Uma parte significativa do povo português não sabe, ou não quer comportar-se com civismo, nem tem respeito por ninguém. São uma minoria, é verdade, mas são demasiados e não passam despercebidos. São eles os responsáveis pela má fama de que desfrutamos no estrangeiro e são eles que tornam muitas vezes este país insuportável. E o drama é que essa gente também vota, com os resultados que se conhecem. Como sempre acontece somos todos a pagar pelos erros cometidos por alguns.

Estará o estimado leitor a interrogar-se sobre os motivos deste meu azedume para com o povo a que pertencço. Não é com os portugueses que estou revoltado mas apenas com alguns portugueses. E são esses, a minoria numerosa, que me fazem questionar tantas vezes porque devo eu ter orgulho na minha nacionalidade. A verdade é que não tenho. Eu como tantos outros neste país. Mas o que me irritou tanto que me levou a "dedicar" este comentário a essa gente? Eu conto.

Há dias fui, ao serviço do nosso jornal, fazer a reportagem da inauguração do novo quartel dos bombeiros de S. Pedro de Sintra, Estacionei devidamente, como sempre faço, o meu automóvel num parque próximo e fui fazer o meu trabalho. Terminadas as cerimónias da inauguração apressei-me a regressar a casa. Foi então que verifiquei que um desses portugueses incivilizados de que falei atrás tinha estacionado o seu automóvel de forma a impedir que eu conseguisse sair com o meu. Pedi no quartel que pela instalação sonora solicitassem ao prevaricador que fosse retirar o seu veículo para que eu pudesse finalmente

sair. Foi uma tentativa frustrada porque só **duas horas** depois o "senhor" se dignou aparecer e só então eu consegui regressar a casa. Ainda com a recordação bem fresca da "seca" que me tinha sido imposta na véspera, no dia seguinte voltei a ver-me precisamente na mesma situação, agora na Portela de Sintra, na Travessa da Portela, junto à Cintramédica, onde situações destas acontecem diariamente com a complacência da Polícia Municipal que se tem mostrado ultimamente tão activa em multar e bloquear veículos noutras locais mas estranhamente ali, apesar dos sinais de proibição de estacionamento que lá existem nada acontece aos prevaricadores. Já alertei mais que uma vez os agentes da autoridade que ali estão de serviço para o que se está a passar. Todos eles dizem que vão passar por lá para ver o que se passa, mas a verdade é que tudo continua na mesma. Pode ser que se um dia for um desses agentes a ficar ali "encalhado" talvez então o problema se resolva.



Poesia

Guilherme Duarte

Os vencidos da vida

O mendigo, envergonhado,
Estende a mão à caridade
Com os olhos pregados
ao chão,
Incapaz de suportar
O desprezo no olhar
Que muitos lhe dirigirão.
É para eles um indigente
Um pária, um preguiçoso
Que se zangou com o
trabalho
E quer viver à custa
alheia.

Que enganados que eles
estão.

É verdade que tem fome.
Mas por ele, não sofreria
a humilhação
De esmola ter que pedir.
Mas os filhos... esses não,
É só por eles que pede.
Não os pode ver sofrer
Sem nada para comer
E tão pouco para vestir.
É com a alma dorida
Que solicita uma moeda,
Por muito pequena que
seja,

Ou então, em alternativa,
Um pedacinho de pão.

Àqueles que o ofendem,
Que lhe chamam mandrião
E o mandam trabalhar,
É com os olhos marejados
que responde:
- Sempre trabalhei na
vida.

E sempre ganhei o sustento
Com o suor do meu labor.
Perdi o emprego que tinha
Não ganho agora um tostão
E tenho os filhos com
fome.

Se por acaso o senhor
Tiver trabalho para mim
Eu faço qualquer tarefa,
Não sou nenhum mandrião.

Depois de tanto lutar
E de tanto trabalhar
Ao longo de tantos anos,
Não passo de um derrotado.

Sou um vencido da vida.





**COZINHA
TRADICIONAL
PORTUGUESA**

Restaurante - Cervejaria - Churrasqueira

R. João de Deus, 62 (traseiras da estação da C. P.)
2710 SINTRA
Telf.: 21 923 42 78

MAVIMÓVEIS, Lda

-Orçamentos grátis-

Móveis * tecidos * decorações

Praça D.Fernando II Lt 1C S.Pedro de Sintra

Tel.219231957

13 de Maio



Crisma em Santa Eufémia



Sabedoria, inteligência, conselho, ciência, fortaleza, piedade e temor de Deus – os sete dons do Espírito Santo inspirados no texto do profeta Isaías (11, 2-3).

Os dons do Espírito são inúmeros, portanto, ao falar em sete, podemos dizer que recebemos todos os seus dons, todos aqueles que necessitaremos ao longo da nossa vida. Isto não significa que os teremos de uma hora para outra, uma vez que, a vida de um cristão é um constante converter-se ao crescimento da fé, e um compromisso para gerar estes dons na convivência do dia a dia. Os “dons são qualidades dadas por Deus que capacitam o ser humano para seguir com gosto e facilidade os impulsos divinos, para tomar a decisão acertada em situações obscuras e para reprimir as forças do orgulho, do egoísmo e da preguiça, que se opõem à graça de Deus”. E foi com todos estes ensinamentos (na mente e no coração), que nos transmitiram os nossos catequistas, ao longo dos vários encontros de preparação para o Crisma, que nos levantámos no dia 1 de maio.

1 de maio de 2011 – dia do trabalhador, dia da Mãe, dia da beatificação do Papa João Paulo II e a partir de agora o dia em que ficaríamos mais firmemente unidos a Cristo e dotados de uma força especial para propagar e defender a Fé com palavras e ações. E foi com esta certeza que subimos a Serra para, também, ficarmos mais perto do Céu. Éramos cerca de quarenta aqueles que nos juntámos na Capelinha de Santa Eufémia para recebermos este Sacramento.

O largo de Santa Eufémia rapidamente se encheu de familiares e amigos que se queriam juntar a nós neste dia tão especial. A celebração, presidida por D. Carlos Azevedo, Bispo Auxiliar de Lisboa, foi de uma beleza e simplicidade tocantes.

Tudo esteve perfeito (até S. Pedro colaborou) e sabemos que os melhores momentos, os mais especiais são aqueles que guardámos nos nossos corações.

Obrigada Padre António por ter sido firme na sua decisão (que nós também não achávamos a melhor) em realizar esta cerimónia em Sta Eufémia – noutra local não teria tido a mesma magia. Obrigada a todos os que organizaram, planejaram e prepararam este dia – um trabalho de bastidores só possível graças à disponibilidade e dedicação de muita gente. Obrigada a todos os catequistas que ao longo de vários encontros prepararam e ajudaram, todos os crismandos, a chegar a este dia. Um obrigada muito especial à Isabel Wemans que, com todo o carinho e disponibilidade, aceitou preparar um grupo extra (três pessoas) que não se conseguiam integrar nos outros grupos – já temos saudades dos encontros à segunda-feira. Finalmente um grande obrigada a Jesus que não nos deixa estar parados e nos vai, delicadamente, propondo novos desafios. Esperamos estar à altura!

“Lembra-te, pois, de que recebeste o sinal espiritual, o Espírito de sabedoria e de inteligência, o Espírito de conselho e de fortaleza, o Espírito de ciência e de piedade, o Espírito do santo temor, e guarda isso que recebeste. Deus Pai marcou-te com o seu sinal, o Senhor Jesus Cristo confirmou-te e pôs em teu coração o penhor do Espírito.” (Santo Ambrósio, Myst. 7, 42 – in Catecismo da Igreja Católica)

Ana Beijinho e Dora Pelágio

BOMBEIROS DE S. PEDRO DE SINTRA - O SONHO CUMPRIU-SE

Finalmente, após muita luta e muito trabalho, depois de alguns avanços e muitos recuos, os Bombeiros Voluntários de S. Pedro de Sintra inauguraram com pompa o seu novo quartel, passando a dispôr de uma infraestrutura compatível com a dimensão e a importância dos serviços que presta ao país, a Sintra e às populações. A partir de agora já não mais necessitam de deixar as suas viaturas na rua, e dispõem de todos os meios necessários para desenvolverem a sua actividade com mais conforto e principalmente com maior eficácia e funcionalidade dado que passam a dispôr de instalações amplas, modernas e funcionais.

À Direcção desta associação, ao comandante do corpo de bombeiros e a todo o pessoal que ali trabalha o nosso jornal quer felicitar por terem ousado sonhar e por terem batalhado com denodo para cumprir o sonho. A cerimónia da inauguração foi uma festa bonita e apesar da presença de alguns elementos do poder central, o protagonismo principal coube por inteiro aos soldados da paz que ali irão trabalhar. A festa foi essencialmente deles e para eles..

Guilherme Duarte



O 1º DE DEZEMBRO ESTÁ EM FESTA



A velhinha Sociedade União 1º de Dezembro de S. Pedro de Sintra vive actualmente momentos de justificada euforia. Os êxitos futebolísticos alcançados esta época pelo futebol do clube justificam perfeitamente a festa. A subida, pela primeira vez, da equipa sénior à 2ª Divisão Nacional, a conquista de mais um título de campeão nacional de futebol feminino, (o 11º consecutivo), a conquista da Taça de Portugal pela 6ª vez, também em futebol feminino, fazem desta temporada futebolística uma época de sonho, que ficará escrita a letras de ouro nos anais desta histórica colectividade.

O Cruz Alta congratula-se com estes feitos dos populares "Papo-Secos" e felicita os dirigentes, atletas e sócios do 1º de Dezembro pelos títulos conquistados e por mais uma vez terem prestigiado e elevado bem alto o nome da nossa terra. A Sociedade União 1º de Dezembro merece uma prenda. Que tal a devolução à colectividade da sua antiga sede que foi alienada há uns anos, por dificuldades financeiras. Aquele edifício, hoje na mão de particulares, constitui um património histórico da colectividade. Está ali uma grande parte da história da Sociedade Filarmónica União 1º de Dezembro e é nas mãos do clube que esse património deve estar. A Câmara Municipal de Sintra ainda vai a tempo de remediar o erro de ter permitido que, por falta de apoio, a sede tivesse de ser vendida. Era uma prenda linda.

Guilherme Duarte

Jornada Mundial da Juventude 2011 - 16 a 21 de Agosto



ARZOBISPADO DE MADRID

Palavras para ler e sentir

Maria Joao Bettencourt

Comunicar é hoje muito fácil. O simples namoro de adolescentes é agora recheado de sms, mms, mails, "posts" em páginas de redes sociais, etc. São os chamados namoros cibernéticos. Envia-se uma mensagem por telemóvel mesmo que ele ou ela, estejam a 3 m de distância. Começa-se e acaba-se um namoro com um mail. Nada tenho contra, gosto de enviar e receber mensagens, mails e afins, mas tenho pena que muitas vezes tudo isto não seja utilizado e usado como algo mais e antes como a forma básica de comunicação entre dois seres.

Não sou saudosista, gosto de olhar o passado como quem relê uma história, mas existem sentires que desapareceram nesta época de comunicações rápidas.

Tive a sorte de os experimentar, aos sentires que vêm com as cartas de amor (mesmo que de amores de adolescentes ou mais ainda, desses amores).

Eu no Continente, ele nos Açores, devia ter uns 15 anos vividos sem telemóveis, sem internet e com chamadas de telefones fixos com valores bem elevados. Restavam as cartas, que eram para mim tão valiosas como um passeio

de mão dada na praia.

Muito pouco recorde do que nessas cartas vinha escrito, mas não esqueço a ansiedade da espera e o prazer de as receber.

Hoje podemos enviar o número de mensagens e mails por dia que quisermos, através de aplicações e definições podemos ter a certeza não de que são lidas mas pelo menos de que as mensagens chegaram ao destinatário.

Uma carta dos Açores para o Continente demorava cerca de uma semana a chegar, quando não era mais. A ida à caixa do correio todos os dias na esperança de ver um envelope que se destacava dos outros pela sua cor branca debruado a toda a volta com riscas azuis e vermelhas e um carimbo que dizia "POR AVIÃO".

E no dia em que ela lá estava, pegava nela com todo o cuidado como se ali dentro estivesse a jóia mais preciosa, frágil. Guardava-a para a ler mais tarde, prolongando esse prazer de a ter entre as minhas mãos.

Depois de ter sido lida pelo menos umas 10 vezes seguidas, cada carta era guardada junto das outras já recebidas, em local especial e

secreto.

A resposta era outro momento especial. Pensar em tudo o que se queria dizer, sem nada esquecer pois não se enviavam cartas a cada 10 minutos, elaborar o texto, escrever com todo cuidado, como acariciando cada palavra. A cada palavra mal escrita, a cada erro, era necessário escrever tudo de novo.

Não eram apenas cartas, eram rituais completos e recheados de sentires.

Cartas de Amor de Grandes

Homens

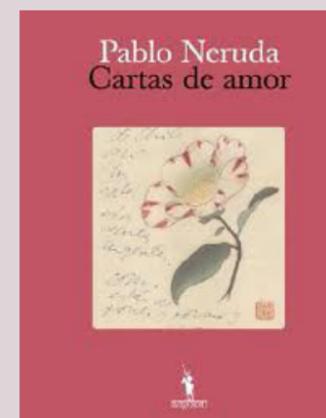
Doyle Ursula



Uma ideia nascida com o filme "Sexo e a Cidade", onde nos é apresentado um livro com cartas escritas por Beethoven, Byron e Napoleão. Essa coleção nunca existiu, mas as cartas eram genuínas. Passou agora a existir, e reúne algumas das cartas mais românticas alguma vez escritas, por homens como Mark Twain e Mozart, Robert Browning e Nelson. Para alguns, o amor é um delicioso veneno (William Congreve), para outros, uma mulher delicada e amável, num sofá à lareira, com livros e música (Charles Darwin). Às vezes o amor queima como o Sol (Henrique VIII), ou penetra no coração como gotas de chuva (Flaubert). Muitos mais são os que aqui se encontram.

Cartas de amor

Pablo Neruda



Cartas de Pablo Neruda à sua mulher Matilde Urrutia, com quem viveu um intenso amor que se iniciou em 1949 e acabou apenas com a sua morte em 1973. A correspondência reunida neste livro é a imagem de alguns dos momentos mais marcantes deste amor: ciúmes, carícias e alegrias enchem estas cartas, notas, desenhos e postais que se estendem desde finais de 1950 até meados de 1973 e que mostram o lado mais íntimo do poeta.



Agenda Cultural
Guilherme Duarte

Junho em Sintra

Alguns espectáculos culturais programados para o mês de Junho.

NO CENTRO CULTURAL OLGA DE CADAVAL

Dia 4 de Junho - TUCANAS – ATELIER E ESPECTÁCULO às 16 h e 21,30 h

Dia 5 de Junho – Cinema de animação para crianças. (EMA E GUI ; DODU - O RAPAÇ DE CARTÃO e A ILHA DAS CORES . às 11 horas.

Dia 9 de Junho – MIGUEL GAMEIRO canta temas do seu último disco, "Dá-me um Abraço". Às 22 horas.

Dia 18 de Junho – VAMOS CONSTRUIR UMA CIDADE pela Escola de Música do Conservatório Nacional. Às 16 horas.

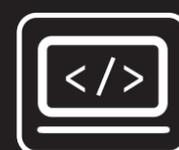
Dia 19 de Junho – CONCERTOS PARA BÉBÉS – Moinhos e Castelos de Areia. Às 10 e às 11,30 h

NO PALÁCIO NACIONAL DE SINTRA

Dia 30 de Junho - FESTIVAL DE MÚSICA DE SINTRA – QUARTETO ERLENBUSCH - às 21,30 h

NO PALÁCIO NACIONAL DE QUELUZ

De 25 a 29 de Junho – FESTIVAL DE MÚSICA DE SINTRA – LESLIE HOWARD –pianista. Às 18 e às 21,30 h



RuiAntunes.net
design gráfico // webdesign // publicidade

www.ruiantunes.net



Para os mais pequenos
Leonor Wemans

UM CANGURU DESARRUMADO

Era uma vez um Canguru muito desarrumado, que guardava tudo e mais alguma coisa dentro da sua bolsa. Bóculos de cordel, livrinhos de bolso, canetas coloridas, fósforos, fita-cola, barrinhas de cereais, moedas, tudo isso e muito mais, era possível encontrar lá dentro.

Mas um dia, com tanta tralha que tinha no interior da bolsa, o Canguru não conseguiu pôr lá dentro o seu filho que queria dar um passeio com ele...



Em cada conjunto de palavras estão escritos nomes de vários objectos. Descobre o intruso em cada conjunto e risca-o de forma a dar espaço para o pequeno canguru conseguir entrar na bolsa do pai.

- | | | |
|----------|------------|-----------|
| Amendoim | Caderno | Fósforo |
| Pinhão | Livro | Vela |
| Cenoura | Rolha | Lanterna |
| Amêndoa | Dossier | Farol |
| Caju | Revista | Candeeiro |
| Avelã | Jornal | Borracha |
|
 | | |
| Cordel | Palito | Canivete |
| Fita | Alfinete | Tesoura |
| Elástico | Agulha | Alicate |
| Pulseira | Frigideira | Serra |
| Flauta | Pico | X-acto |
| Colar | Prego | Telemóvel |

Solução : Cenoura; flauta; telemóvel; frigideira; rolha; borraça

Soluções do número anterior



3	5	9	8	2	7	1	6	4
1	6	8	4	3	9	7	5	2
4	2	7	1	5	6	8	9	3
7	4	6	5	1	8	2	3	9
8	3	1	2	9	4	6	7	5
2	9	5	7	6	3	4	8	1
6	1	3	9	7	2	5	4	8
9	8	2	6	4	5	3	1	7
5	7	4	3	8	1	9	2	6

Nº 43

Anedotas:

Andaste à luta com o André! – diz a mãe ao filho – As tuas calças estão todas estragadas! Vou ter de te comprar umas novas.

- Oh! Se tu visses o André! Ele está pior. A mãe dele vai ter que comprar um menino novo!

Quantos anos tem este dinossauro? – pergunta uma menina ao guarda do museu.

- Tem duzentos milhões, dezasseis anos, dois meses e dois dias.

- A sério?! – exclama a menina – Como é que sabe ao certo?

- Muito simples! Sou guarda deste museu há dezasseis anos, dois meses e dois dias, e quando cá cheguei, ele já tinha duzentos milhões de anos.

Descobre as 5 diferenças



Sudoku - puzzle

N.º44 -Junho

		1		7		3	6	
9						4		8
5	4	8	1					2
8		7	5			6	4	
4	3	9	6		8	1	5	7
	7	6		9	4			8
9				4	7	8	3	
7		3						2
	1	8		6		7		

Quero um deserto



QUERO UM DESERTO

Um deserto para viver, por um momento, em feliz silêncio Um deserto onde me encontrar face a face com Deus Um deserto no qual poder escutar a voz do Senhor Um deserto no qual provar a minha fé Um deserto no qual medir a minha fé Um deserto onde comprovar a força dos meus ideais

QUERO UM DESERTO

onde começar a gostar e valorizar mais a Palavra de Deus com o oásis da eucaristia esperando-me para me fortalecer com as palmeiras da mão de Deus cobrindo-me diante dos perigos Com a aridez do sol que evapore de mim o que me afasta de Jesus.

QUERO UM DESERTO

Para sentir fome de Deus Para fortalecer o corpo e o espírito do meu coração Para decidir entre Deus e o maligno Para prostrar-me definitivamente ante o Criador.

QUERO UM DESERTO

Para sair vitorioso diante do mal Para combater contra o inimigo de Deus Para dar glória e culto a quem o merece: O Senhor Onde encontrar esse deserto, meu Senhor? Só tu serás capaz de me indicar a rota para encontrá-lo! Só tu serás o único que pode me ensinar o caminho! Tua Palavra Senhor, é um deserto onde poderei te escutar A Oração, Senhor, é um deserto onde poderei te sentir A austeridade, Senhor, é um deserto com a qual poderei me aproximar A Caridade, Senhor, é um deserto onde poderei recordar que tu vives no outro. Amém.

Leoz

"Sim, o Espírito Santo está hoje a agir.

Ele repete incessantemente no nosso coração o amor de Deus.

Felizes os que não se abandonam ao medo, mas se abandonam ao sopro do Espírito Santo. Ele é também a água viva, o Espírito de paz que pode irrigar o nosso coração e, através de nós, comunicar-se no mundo."

Intenções do Papa para Junho



SACERDOTES, TESTEMUNHAS DO AMOR DE DEUS

Para que os sacerdotes, unidos ao Coração de Jesus, sejam sempre verdadeiras testemunhas do amor providente e misericordioso de Deus.

VOCAÇÕES PARA A DIFUSÃO DO REINO DE DEUS

Para que o Espírito Santo faça surgir, no seio das nossas comunidades, numerosas vocações missionárias, dispostas a consagrarem-se plenamente à difusão do Reino de Deus.



Farmácia Marrazes

Propriedade e Direção Técnica de
Dra. Oélia Maria Simões Casinhas

Largo Afonso de Albuquerque, n.º 24 - Estrela
2710-519 SINTRA

Telef.: 21 923 00 58
Fax: 21 910 50 45



TECAN Soc. de Utilidades Domésticas, Lda.

Largo 1º de Dezembro, 10
S. Pedro de Penaferrim - Sintra

Telef.:
21 923 11 31

Calendário Litúrgico em Junho - Ano A

Dia 5 - ASCENSÃO DO SENHOR

LEITURA I Actos 1, 1-11

«Elevou-Se à vista deles»

Salmo 46, 2-3.6-7.8-9 (R. 6)

«Por entre aclamações e ao som da trombeta, ergue-Se Deus, o Senhor»

LEITURA II Ef 1, 17-23

«Colocou-O à sua direita nos Céus»

EVANGELHO Mt 28, 16-20

«Todo o poder Me foi dado no Céu e na terra»

Dia 12 - PENTECOSTES (DIA DA UPS)

LEITURA I Actos 2, 1-11

«Todos ficaram cheios do Espírito Santo e começaram a falar»

Salmo 103, 1abc.24ac. 29bc-30.31.34

«Mandai, Senhor, o vosso Espírito e renovai a terra»

LEITURA II 1 Cor 12, 3b-7.12-13

«Todos nós fomos baptizados num só Espírito, para formarmos um só Corpo»

EVANGELHO Jo 20, 19-23

«Assim como o Pai Me enviou, também Eu vos envio a vós: Recebei o Espírito Santo»

Dia 19 - SANTÍSSIMA TRINDADE

LEITURA I Ex 34, 4b-6.8-9

«O Senhor, o Senhor é um Deus clemente e compassivo»

Salmo Dan 3, 52.53.54.55.56

«Louvor e glória ao Senhor para sempre»

LEITURA II 2 Cor 13, 11-13

«A graça de Jesus Cristo, o amor de Deus e a comunhão do Espírito Santo»

EVANGELHO Jo 3, 16-18

«Deus enviou o seu Filho ao mundo para que o mundo seja salvo por Ele»

Dia 26 - DOMINGO XIII DO TEMPO COMUM

LEITURA I 2 Reis 4, 8-11.14-16a

«Este é um santo homem de Deus: poderá cá ficar»

Salmo 88, 2-3.16-17.18-19

«Cantarei eternamente as misericórdias do Senhor»

LEITURA II Rom 6, 3-4.8-11

«Sepultados com Cristo pelo Baptismo, vivamos uma vida nova»

EVANGELHO Mt 10, 37-42

«Quem encontrar a sua vida há-de perdê-la; e quem perder a sua vida por minha causa, há-de encontrá-la»

PENTECOSTES

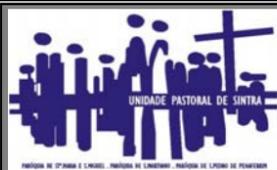


«O Espírito Santo vos ensinará, todas as coisas de que já vos falei» (Jo 14, 26).

DIA da UPS

**12 de JUNHO
em S. Miguel
às 11H00**

(seguido de Almoço Janela)



SERVIÇO LITÚRGICO

DE 30 DE MAIO A 26 DE JUNHO

Dia 30 – Segunda-feira

17:00 - Atendimento e Confissões em S. Miguel
19:00 - Missa em S. Miguel

Dia 31 – Terça-feira

17:00 - Atendimento e Confissões em S. Martinho
19:00 - Missa em S. Martinho

Dia 1 – Quarta-feira

11:00 - Missa no Lar Cardeal Cerejeira
17:30 - Missa em Monte Santos
19:00 - Missa em S. Martinho

Dia 2 – Quinta-feira

09:00 - Missa em S. Pedro. Exposição do Santíssimo
17:00 - Atendimento e Confissões em S. Miguel
19:00 - Missa em S. Miguel
21:30 - Curso Bíblico em S. Miguel

Dia 3 – Sexta-feira

09:00 - Missa em S. Miguel. Exposição do Santíssimo
17:00 - Atendimento e Confissões em S. Pedro
19:00 - Missa em S. Pedro
21:30 - Noite de Oração dos Jovens da UPS em S. Miguel

Dia 4 – Sábado

17:00 - Missa na Abrunheira
17:00 - Celebração da Palavra em Galamares
18:00 - Missa em S. Pedro
19:00 - Missa em S. Miguel - Festa da Catequese da UPS

Dia 5 – Domingo da Ascensão do Senhor

09:00 - Celebração da Palavra na Várzea
09:00 - Missa em Janas
09:00 - Celebração da Palavra em Manique
09:30 - Missa no Lourel na Casa do Conselho de Resende
10:00 - Missa em S. Pedro e Lausperene de 24 horas
11:00 - Missa em S. Miguel
12:00 - Missa no Linhó
17:00 - Missa em Monte Santos
19:00 - Missa em S. Martinho

Dia 6 – Segunda-feira

10:00 - Benção do Santíssimo Sacramento em S. Pedro
17:00 - Atendimento e Confissões em S. Miguel
19:00 - Missa em S. Miguel

Dia 7 – Terça-feira

11:00 - Missa no Lar de Galamares
17:00 - Atendimento e Confissões em S. Martinho
19:00 - Missa em S. Martinho

Dia 8 – Quarta-feira

17:30 - Missa em Monte Santos
19:00 - Missa em S. Martinho

Dia 9 – Quinta-feira

09:00 - Missa em S. Pedro. Atendimento e Confissões
17:00 - Atendimento e Confissões em S. Miguel
19:00 - Missa em S. Miguel
21:30 - Curso Bíblico em S. Miguel

Dia 10 – Sexta-feira

09:00 - Missa em S. Miguel. Atendimento e Confissões
17:00 - Confissões e Atendimento em S. Pedro
19:00 - Missa em S. Pedro

Dia 11 – Sábado

19:00 - Vigília de Pentecostes em S. Miguel

Dia 12 – Domingo de Pentecostes - Dia da UPS

11:00 - Missa em S. Miguel
- Investidura e Renovação das Promessas dos Acólitos
- Sufrágio por alma de Sócios e Músicos de "Os Aliados"
12:30 - Almoço Convívio em S. Miguel
15:00 - Benção de Memorial de Sócios e Músicos de "Os Aliados" no Cemitério de S. Pedro (Alto da Bonita)
17:00 - Missa em Monte Santos
17:30 - Solene Litúrgia de St. António e Procissão na Abrunheira

Dia 13 – Segunda-feira - Santo António

12:00 - Missa na Penha Longa - Festa de N. Sr.ª da Saúde
17:00 - Atendimento e Confissões em S. Miguel
19:00 - Missa em S. Miguel
21:00 - Terço e Procissão das Velas na Penha Longa

Dia 14 – Terça-feira

17:00 - Atendimento e Confissões em S. Martinho
19:00 - Missa em S. Martinho

Dia 15 – Quarta-feira

17:30 - Missa em Monte Santos
19:00 - Missa em S. Martinho
21:30 - Reunião Geral de Catequistas

Dia 16 – Quinta-feira

09:00 - Missa em S. Pedro. Atendimento e Confissões
17:00 - Atendimento e Confissões em S. Miguel
19:00 - Missa em S. Miguel

Dia 17 – Sexta-feira

09:00 - Missa em S. Miguel. Atendimento e Confissões
17:00 - Atendimento e Confissões em S. Pedro
19:00 - Missa em S. Pedro
21:30 - Concerto em S. Martinho
Conservatório de Música de Sintra

Dia 18 – Sábado

11:30 - Confissões da Profissão de Fé em S. Miguel
17:00 - Missa na Abrunheira
17:00 - Celebração da Palavra em Galamares
18:00 - Missa em S. Pedro
19:00 - Missa em S. Miguel

Dia 19 - Domingo da Santíssima Trindade

Dia da Igreja Diocesana

09:00 - Missa em Janas
09:00 - Celebração da Palavra na Várzea
09:00 - Celebração da Palavra em Manique
09:30 - Celebração da Palavra em Lourel
10:00 - Missa em S. Pedro
11:00 - Missa em S. Miguel
11:30 - Missa em Missionários da Consolata Cacém
12:00 - Missa no Linhó
17:00 - Missa em Monte Santos
19:00 - Missa em S. Martinho

Dia 20 – Segunda-feira

17:00 - Atendimento e Confissões em S. Miguel
19:00 - Missa em S. Miguel

Dia 21 – Terça-feira

17:00 - Atendimento e Confissões em S. Martinho
19:00 - Missa em S. Martinho

Dia 22 – Quarta-feira

17:30 - Missa em Monte Santos

Dia 23 – Quinta-feira - Santíssimo Corpo e Sangue de Cristo

09:00 - Celebração da Palavra na Várzea
09:00 - Celebração da Palavra em Manique
09:00 - Missa em Janas
09:30 - Missa em Lourel
10:00 - Missa em S. Pedro
11:00 - Missa em S. Miguel - **Profissão de Fé**
12:00 - Missa no Linhó
17:00 - Missa em Monte Santos
19:00 - Missa em S. Martinho

Dia 24 – Sexta-feira - S. João Baptista

09:00 - Missa em S. Miguel. Atendimento e Confissões
17:00 - Atendimento e Confissões em S. Pedro
19:00 - Missa em S. Pedro

Dia 25 – Sábado

17:00 - Missa na Abrunheira
17:00 - Missa em Galamares
18:00 - Missa em S. Pedro
19:00 - Missa em S. Miguel

Dia 26 - Domingo XIII do Tempo Comum

09:00 - Celebração da Palavra em Janas
09:00 - Missa na Várzea
09:00 - Missa em Manique
09:30 - Celebração da Palavra no Lourel
10:00 - Missa em S. Pedro
11:00 - Missa em S. Miguel
12:00 - Missa no Linhó
17:00 - Missa em Monte Santos
19:00 - Missa em S. Martinho



Notícias N. Srª do Cabo
Guilherme Duarte

As Festas de Nossa Sra. do Cabo Espichel e os Sentimentos que Alimenta

Fui há tempos surpreendido pelo amável convite que o Dr. Hermínio Santos me fez para participar neste encontro como orador. Apesar de ter a consciência que pouco terei a comunicar que a maioria das pessoas não conheça já atrevi-me a aceitá-lo. Talvez tenha sido uma insensatez fazê-lo porque ao contrário dos ilustres palestrantes que nos honraram hoje com a sua presença aqui, e que são profundos conhecedores das matérias que aqui vieram desenvolver, eu pouco mais poderei fazer do que falar de sentires. Penso que terá algum cabimento falar sobre eles porque são muitos e muito fortes os sentimentos que os festejos em honra de Nossa Senhora do Cabo Espichel sempre provocaram e continuam a provocar nas populações das freguesias que a sua imagem visita, uma vez em cada quarto de século. Até aqui, neste encontro

gentes. As minhas palavras não terão a força da sapiência mas apenas a simplicidade do sentir. Peço desde já que me concedam o favor da vossa benevolência.

Vou debruçar-me um pouco sobre o significado destes festejos para os sintrenses, e falo apenas nos sintrenses porque é em Sintra que estamos, porque é em Sintra que está, neste momento, a imagem peregrina de Nª Srª do Cabo Espichel, porque é de Sintra que gosto de falar e porque é com o povo de Sintra que eu convivo e que conheço, condição indispensável para se entender os seus sentires, porque é de sentimentos e com sentimento que eu hoje aqui venho falar.

Foi em 1460 que a imagem veneranda de Nª Srª do Cabo Espichel visitou pela primeira vez a Freguesia de Santa Maria, como era então designada, uma vez que S. Miguel era uma outra freguesia

falou a voz do saber, eu limitar-me-ei a dar voz ao coração.

Esclarecida que está a qualidade em que aqui me encontro peço que não me olhem como um palestrante mas apenas como uma testemunha, um sintrense anónimo que vive estas festas intensamente desde 1954 data em que as vivi pela primeira vez. Sou um sintrense afeiçoado que se orgulha da história, da cultura e das tradições da sua terra e que conhece e aprecia a genuinidade das suas



ESPECIALIDADES DA FÁBRICA:

Queijadas - Travesseiros - Pastéis de Sintra
Nozes Douradas - Pastéis Cruz Alta

PIRIQUITA
R. das Padarias, 1
2710-603 SINTRA
Telf.: 21 923 06 26 / Fax: 21 924 23 99



PIRIQUITA dois
R. das Padarias, 18
2710-603 SINTRA
Telf.: 21 923 15 95



e a união das duas só aconteceu no último quartel do século XIX. Até hoje foram 21 as vezes que esta freguesia acolheu a imagem da Senhora do Cabo. Vinte e uma vezes, em 550 anos.

Talvez esteja aqui, em parte, a explicação para a importância que estes festejos têm para as populações de todas as freguesias onde as festas se realizam de 26 em 26 anos e da emoção, do carinho, do entusiasmo e da veneração com que a imagem de Nossa Senhora do Cabo é acolhida sempre que as visita. Vinte e seis anos é muito tempo. Ausência tão longa justifica toda a expectativa e impaciência que precedem a chegada da imagem peregrina que é recebida sempre com grandes manifestações de Fé, com alegria, com amor, com emoção e também com uma pontinha de saudade.

Saudade? Saudade, sim. Por muito paradoxal que possa parecer há muita saudade entre tanta alegria nas bermas da estrada à passagem do Círio e da imagem da Santa Virgem. Não há olhos

que não se humedecem e poucas são as faces onde não rola uma lágrima mais rebelde. São evidentemente lágrimas de júbilo que a felicidade de receber uma vez mais a visita de Nossa Senhora tornam irreprimíveis, mas são lágrimas temperadas também por uma pontinha de saudade.

A saudade daqueles que partiram, daqueles que há um quarto de século atrás estiveram a nosso lado na despedida da imagem, a saudade daquela mão que segurava a nossa enquanto murmurávamos um emocionado adeus à Senhora. Hoje enquanto uma das nossas mãos segura uma outra, mais pequenina e mais frágil, a outra mão está tristemente vazia.

Foram 25 anos que passaram. Foi uma geração que partiu. Foi, em contrapartida, uma nova geração que chegou. Eis como se misturam a alegria e a tristeza, a esperança e a saudade, o passado e o futuro.

São sentimentos que não são compatíveis entre si e que apenas se misturam em ocasiões muito

excepcionais como é o caso destas festas. A mão vazia simboliza festas passadas, foram lindas e persistem ainda na nossa memória mas não passam de mera recordação.

Grata, mas apenas recordação. A mãozinha que seguramos agora com desvelo e com ternura simboliza o futuro e a esperança de que estas festas continuarão vivas, que a tradição continuará a ser respeitada e que a Fé se manterá bem acesa.

Mantenho ainda bem nítida a memória da primeira vez que assisti à chegada de Nossa Senhora do Cabo a Sintra, já lá vão quase 60 anos, e recordo todas as chegadas e partidas da veneranda imagem a que assisti por 8 vezes, nas três freguesias da nossa vila.

Recordo-as a todas com saudade. A tal saudade de que falei.

(Continua no próximo número)



Cruz Alta

ASSOCIAÇÃO CULTURAL CRISTÃ DE SINTRA

Avª Adriano Júlio Coelho ~ Estefânia ~ 2710-518 SINTRA
:: cruzalta@paroquias-sintra.net ::



Paróquia de Santa Maria e São Miguel
Paróquia de São Martinho
Paróquia de São Pedro de Penaferrim

Ficha Técnica

Direcção:

Mafalda Pedro; José Pedro Salema;
Guilherme Duarte; P. Custódio Langane;
Rui Antunes; P. António Ramires.

Jornalista:

Guilherme Duarte

Colaboração:

Graça Camara de Sousa; Ana Beijinho;
P. António Ramires; Elsa Tristão;
Zé Pedro Salema; António Luis Leitão;
Miguel Forjaz; Diac. António Costa;
Leonor Wemans; Inês Bourbon Ribeiro;
Maria João Bettencourt; Guilherme Duarte;
João Tomás; Irmãs Clarissas;
Manuel Bourbon Ribeiro; Dora Pelágio.

Fotografia:

Arquivo Cruz Alta; Guilherme Duarte;
Mafalda Pedro; Internet;

Edição gráfica e paginação:

José Pedro Salema; Leonor Wemans;
José Pedro Rodrigues; José Miguel Rodrigues;
Miguel Elias; Rui Antunes.

Revisão de textos:

Graça Camara de Sousa

Área financeira:

Mafalda Pedro.

Distribuição e assinaturas:

João Valbordo; Manuela Alvelos;
Manuel Sequeira; Guilherme Duarte;

Publicidade:

Graça e Álvaro Camara de Sousa
937 198 124
cruzalta-publicidade@paroquias-sintra.net

Impressão:

Empresa Gráfica Funchalense
:: MORELENA - PERO PINHEIRO ::

Tiragem deste número:
2000 exemplares



PEQUENAS HISTÓRIAS

Leonor Wemans



PEQUENOS ESCRITORES

João Tomás 9 anos

UM DIÁLOGO ENTRE UMA ANDORINHA E UMA FLOR

Um bando de andorinhas voava em formação em flecha sobre campos floridos da Irlanda. O bando de andorinhas estava agora a sobrevoar uma zona perigosa onde havia falcões. A formação das andorinhas permitia-lhes defenderem-se de qualquer predador, incluindo falcões e águias.

Faltavam ainda muitos quilómetros para elas chegarem, quando uma

águia atacou uma andorinha e, sem demoras, esta caiu no meio daquele campo denso. Sozinha, a andorinha começou a falar com uma flor:

- Olá. Como te chamas? – perguntou a andorinha.

- Chamo-me Liliana. E tu? Como te chamas? – perguntou a Liliana.

- Eu chamo-me Badogan. Fui atacada por uma Águia Real. Ela feriu-me na asa e só poderei voar

daqui a uma hora. Mas o problema é que vou chegar muito atrasada ao ponto de encontro.

- Eu tenho uma cura, Badogan. O meu pólen tem um efeito curativo. Vou deixar-te usá-lo mas, quando chegares ao ponto de encontro tens que ser hospitalizada.

Badogan usou o pólen da Liliana e, quando chegou ao sítio marcado foi hospitalizada e tudo ficou bem, pelo menos

por enquanto.

A FUNERÁRIA
São João das Lampas

QUINTINO E MORAIS

25 Anos

Funeral Social 356,20 € • Funeral Económico 676 €

SEDE

R. Oliveira, 1, Aldeia Galega
S. João das Lampas – Sintra
Tel.: 21 961 85 94

Filial Mucifal/Colares

R. Visconde d'Asseca, 25
Mucifal/Colares
Tel.: 21 928 23 95

Filial Mem Martins

R. do Moinho de Fanares, 10
Mem Martins
Tel.: 21 921 43 40ATENDIMENTO
PERMANENTE
808 201 500Brevemente
na Terrugem

www.funerariaquintinoemoraes.pt • E-mail: quintinoemoraes@mail.telepac.pt